

広報ゆりがおか

2024年7月



発行：一般社団法人青蓮寺・百合が丘地域づくり協議会
連絡先：百合が丘市民センター
TEL 64-6466 FAX 64-6467
E-mail yurigaoka-ko@emachi-nabari.jp

掲示板 <2024年7月>

団体・行事名	実施日	実施時間	実施場所
あいさつ運動	登校日	7:50～8:10	百合小学校前
クリーンゆり	28(日)	8:00～	前山公園集合
シネマサロン	22(月)	13:30～	西第2集会所
さわやかサロン	4,18(木)	10:00～	東第3集会所
お茶べりサロン	8(月)	10:00～	西第2集会所
サロン・ボンジュール	5,19(金)	13:30～16:00	東第2集会所
東5番町花木の会サロン	1(月)	9:30～11:50	東第2集会所
防災無線通信テスト	7(日)	17:30～	市民センター
百合小こどもクラブ	6(土)	9:30～	市民センター
みんなの楽しい映画会	20(土)	19:30～	市民センター
配食サービス(ゆりの花)	3,10(水)	※7/17～9/11までお休み	

みんなで作る思い出に残る夏まつり

夏まつり開催のお知らせ

子どもの時に経験した「夏まつり」を今も懐かしく思い出す方は多いのではないのでしょうか。わが地域の伝統とも言える「地域夏まつり」の楽しさを子どもたちの心にしっかりと留めてもらえるようなものに地域の皆さんと協力して作り上げたいと思います。

今年も会場は百合丘市民センター周辺。各自治会などから食べ物、飲み物、ゲーム、当てる等の楽しい出店があり、野外ステージでは、ヒップホップ、音楽隊、早押しクイズ、民謡と盆踊り、ビンゴ大会そして会場では子どもみこしの練り歩きなどが予定されています。ご期待ください。

〇日時 2024年8月3日(土) 17:30～21:30

〇場所 百合丘市民センター・駐車場周辺、はなの里スタジアム

〇内容 詳細は7月中旬に戸配される夏まつりプログラムを参照下さい。
ふれあい交流部会



地域の広場・子育てサロン・子育てサークル



団体・行事名	実施日	実施時間	実施場所
Skip 広場	9(火)	10:00～11:30	市民センター
子育てサロン 「つどいの広場」	24(水)	10:00～12:00	東第3集会所
親子サロン	7,21(金)	10:00～11:30	ふれあいサロンゆこゆこ
キキ・プチ	10,31(水)	10:30～14:00	東第3集会所
障害児親子サロン「SKY」	19(金)	9:00～12:00	東第3集会所

古紙回収日程表

回収地区、回収日は違いますので、ご注意ください。

	南百合が丘 西1～6・東1・9 【毎月第1・3土曜日】	東2～8 【毎月第2・4日曜日】
7月	6, 20	14, 28
8月	3, 17	11, 25

※ 回収による売上金は、地域の防犯灯の電気代や自治会活動の為に利用されますので、ご協力をお願い致します。

ゆり坂一斉清掃のお礼

6月16日、「夏のゆり坂一斉清掃」は天気にも恵まれ無事行うことができました。

事前作業で生垣剪定をいただきました「クリーンゆり・前山」の皆様及びご参加いただきました各自治会の方には深くお礼を申し上げます。

地域の環境及び景観の保全と美化を保つことが地域の活性化に繋がることを目的として活動する当部会に今後とも御協力をいただきますようお願い申し上げます。

生活環境部会



お詫びと訂正

広報ゆりがおか6月号にて掲載した本年度の協議会の理事の記載漏れがありました。誠に申し訳ございませんでした。お詫びして訂正致します。

資産管理委員会委員長 中谷 定 東3番町

歩こう会

6月の目標達成者
(毎月25日締切)



なし

百合小校区
防犯パトロール隊

<6月度実績>
通常パトロール屋6回

●各巡回とも特に異常なし
地域の安全を見守る協力者
募集中です！

～あなたもボランティア活動で いきいき人生を送りませんか！～

市民センターでは、様々な活動で「ボランティアスタッフ」を募集しています。活動に対し実費弁償や研修費用が支払われます。

“やってみよう”と思われましたら、ぜひセンターまでお問い合わせ下さい。

- ・喫茶カフェバルーン：コーヒーなどのサービス
- ・配食サービスゆりの花：高齢者への見守りを兼ねた弁当作り
- ・ユリボパイ：草刈り機による除草や庭木の剪定作業
- ・ゆこゆこ：ゆこゆこ利用者へ見守りを兼ねたコーヒーなどのサービス
- ・防犯パトロール：不審者防止の目的で地域内を巡回

お問合せ：百合が丘市民センター 64-6466

遊歩道・歩道等の花壇維持のためのお願い

遊歩道の花が心無い人に、たびたび切り取られ、持ち去られています。お花を愛し、百合が丘を愛する方々が丹精込めて花壇づくりをしています。季節の変化を、草花で味わっていただけるような綺麗な街作りを目指し、さらに道行く人々に楽しんでいただきたいと続けています。ところが、開花間近になるとブツン、切り取られた時の気持ちを察して下さい。多くの人に、見てもらえてこそ、善意の花は人々の心に響きます。



お問合せ：百合が丘市民センター 64-6466

一般社団法人青蓮寺・百合が丘地域づくり協議会 ー6月理事会の議題の報告ー

6月の理事会の議題を報告します。理事会の議事録は別途自治会内で回覧されます。なお、理事会の参加状況は理事総数26名の内25名出席でした。

【日時】6月8日(土) 午後7時30分～9時00分

【場所】市民センター 多目的ホール

【議題】

《審議事項》

- (1) 2024年度理事会議長選出について
- (2) 「会則等見直し検討特別委員会」の設置について
期間：理事会承認日～2025年3月
- (3) 2024年度各委員会委員の選任について
 - ① 事務局長採用選考委員会(委員長、副委員長、委員)
 - ② 職員採用選考委員会(委員長、副委員長、委員)
 - ③ 市民センター管理運営委員会

《報告事項》

- (1) 2023年度利益処分について
- (2) 令和6年度赤目中学校教育助成金
- (3) 各部会報告、その他



Skip 広場からお知らせ

7月9日(火)

10:00~11:30
市民センター多目的ホール

“親子あそび”

スキップ広場は、かがやきの保育士さんが来てくれます。
☆お申し込み・参加費は不要です☆ たくさんのご参加お待ちしております♪

★七夕飾り★

今年も七夕の季節がやってまいりました。
市民センターでは恒例となりました「七夕飾り」を実施いたします。
飾り付け用の「短冊」を用意しておりますので、皆さまの願い事をお書きください。
皆さんの素敵な夢や願い事で「七夕飾り」をいっぱいにしましょう。「きっと、願いを叶えてくれますよ!」

夏の星空映画会 「ライオン・キング」

【日 時】 2024年7月20日(土) 19:30~21:30

〔雨天の場合は中止〕

【場 所】 はなの里スタジアム(百合が丘市民センター横)

夏の特別企画として、野外大型スクリーンで大人も子どももみんな映画を楽しめますか?ご家族、ご近所お誘い合わせのうえ、ぜひご参加ください。

注: ナイトイベントとなりますので、虫除け対策をしてご参加ください。

※中止のご案内は17:00に協議会ホームページ「お知らせ」に決定を掲載します。必ずご確認ください。
教育文化部会「みんなの楽しい映画会」

百合が丘テニスコート・ゆこゆこテニスコートの ご利用をお願いします!

生涯スポーツとして、また、ご家族のレジャーにテニスはいかがですか?

百合が丘テニスコートは昨年10月から休館日もテニスコートをご利用いただけます(2時間800円)

※ 詳しくは市民センター、ゆこゆこ窓口まで

まちの保健室便り 7月号
☎ 64-8600

「ストレスと睡眠について」

☆疲れやストレスを翌日に持ち越していませんか?

皆さん、夜はぐっすり眠れていますか? 睡眠には身体を休ませるのはもちろんのこと、「脳」を休ませるという大切な役割があります。
日中にウォーキングやストレッチ等の有酸素運動で体を動かし、入浴時にはぬるめの湯船にゆっくりつかる時間を作りましょう。また布団に入る1時間前はパソコン・携帯の操作を控え、目の周りを温めるなど自分なりの安眠方法を見つけて下さい。

睡眠不足は心身に不調を招き、生活習慣病とも密接な関連があるとされています。理想的な睡眠時間は8時間とよく言われますが、個人差があるので日中の眠気に関することがなければ、こだわる必要はありません。

眠れないときに無理に眠ろうとすると、緊張が増してしまい逆効果です。過剰なストレスを抱えたままにすると、そのことを引き金に心身に様々な変調をきたしてきます。そうならないためにも、自分なりにストレスをこまめに発散・解消していくことが大切です。

◎自分や家族が変調に気づくサインのひとつとして、不眠の状態が2週間以上続いたときには、心身の不調のサインかもしれませんので、専門の医師に相談しましょう。



～職員のご紹介～



7月1日より市民センター職員として、本多 則一さんが入りました。よろしくお願いいたします。

「ラジオ体操」をしましょう!!

♪新しい朝が来た。希望の朝だ。喜びに胸を開け大空仰げ♪
清々しい朝が来ました。「ラジオ体操」で心も体も元気になりましょう。シニアクラブは心と体の健康や地域のつながりを深めるために下記のとおり早朝の「ラジオ体操」を計画しました。会員はもちろんですが、ありますが一般の方や大人も子供も是非ご参加ください。多くの方のお越しをお待ちしております。

なお、開催場所周辺の皆様には、早朝よりご迷惑をお掛けしますが、何卒ご理解を賜りますようお願い致します。

※ 実施日及び場所

- ① 8月17日(土) イチョウ公園(東7番町)
- ② 8月18日(日) ゆこゆこ(西3番町)
- ③ 8月19日(月) 前山公園(東2番町)

※ 開催時間

- ① ラジオ体操 6時30分~40分

※ その他

- ① 集合時間は6時20分です。時間厳守をお願いします。
- ② 雨天の場合は中止とさせていただきます。

主催: 百合が丘シニアクラブ連合会
協力: まちじゅう元気プロジェクト



クーリング シェルター



～ 指定暑熱避難施設 ～



指定暑熱避難施設(クーリングシェルター)とは

危険な暑さから避難できる場所として名張市が指定した施設であり、熱中症特別警戒アラートの発表期間中に開放します。クーリングシェルターの場所、開放時間等の詳細については名張市HPをご確認ください。

※百合が丘市民センターは7月1日(月)～



名張市HP

熱中症予防のために

- 暑さを避けよう!
涼しい服装や日傘、帽子の着用を心がけましょう。
- こまめに水分補給をしよう!
室内、外出時、のどの渇きを感じていなくてもこまめに水分・塩分補給を!
- 室内環境を整えよう!
扇風機やエアコンでこまめに温度調整をしましょう。



名張市公設キャラクター
なばりん

クーリングシェルターに関するお問い合わせ (名張市環境対策室 TEL 0595-63-7492)
施設のご利用に関するお問い合わせ (百合が丘市民センター TEL 0595-64-6466)

配食サービスゆりの花は7月17日から9月11日までお休みです。

～秋の植え付けにいかがでしょう～



有機堆肥「カントリースーパー名張」
市民センターで一袋 15kg 200円



- 堆肥に含まれる栄養分により土壌微生物の活動が活性化され土壌中の微生物が増加します。
- 主要成分 窒素N:3.12%、リン酸P:3.70%、カリK:1.33%程度です。他に、石灰7.52%、酸化マグネシウム0.75%程度を含んでいます。

★種類

耕土にすぐ溶ける即効性の高い粉体と緩効性の3ミリペレットがあります。

◎在庫がなくなり次第販売終了いたします。